




Associazione Sportiva Dilettantistica

## AMATORI TERRALBA

Sede Sociale: Via Napoli, n° 3 – 09098 – TERRALBA (OR)  
e-mail: [amatoriterralba@yahoo.it](mailto:amatoriterralba@yahoo.it) PEC: [amatoriterralba@pec.it](mailto:amatoriterralba@pec.it)  
 340/6501819 – 393/9272159  
Codice Fiscale: 90025610958



Comune di Terralba

### “CROSS IN LAGUNA” – 5A giornata

**TERRALBA 03 MARZO 2024 – LOC. MARCEDDI'**

L'Associazione Sportiva Dilettantistica “Amatori Terralba” con il patrocinio del Comune di Terralba, in collaborazione con l'Assessorato allo Sport, con la FIDAL Provinciale di Oristano, e con l'approvazione FIDAL Comitato Regionale, indice ed organizza per il giorno 03 Marzo 2024 la manifestazione di cross denominata “Cross in Laguna” - 5a Giornata valida come Campionato Regionale Individuale “**Ragazzi e Ragazze**” - Campionato Regionale Individuale di “**Master**” M/F - Campionato Regionale di Società “**Cadetti e Cadette**”.

La manifestazione si svolgerà a Marceddi (OR), domenica 03 Marzo 2024, con ritrovo giurie e concorrenti fissato per le ore 09:00 presso la pineta demaniale nel Comune di Terralba, aperta alle categorie Esordienti M/F- Ragazzi M/F – Cadetti M/F - Allievi M/F – Juniores M/F – Promesse M/F e Senior over 35 M/F.

**Le gare inizieranno alle ore 10:00.**

### LOGISTICA E PERCORSO

Ritrovo dei giudici di gara e concorrenti: ore 09:00 presso la pineta demaniale.

Nelle immediate vicinanze dell'area di Gara sarà disponibile un ampio parcheggio comunale segnalato con numerosi stalli di sosta e dei punti ristoro ([chiosco A.S.D Amatori Terralba](#), [bar/ ristorante “La Vecchia Scuola”](#), [bar/ ristorante “Da Lucio”](#), [bar/Ristorante “Miramare”](#)).

Tutte le categorie partiranno all'interno della pineta su cui è stato ricavato un percorso di metri 2000 e un percorso di metri 1000 con fondo manto erboso.



Associazione Sportiva Dilettantistica

## AMATORI TERRALBA

Sede Sociale: Via Napoli, n° 3 – 09098 – TERRALBA (OR)  
e-mail: [amatoriterralba@yahoo.it](mailto:amatoriterralba@yahoo.it) PEC: [amatoriterralba@pec.it](mailto:amatoriterralba@pec.it)  
☎ 340/6501819 – 393/9272159  
Codice Fiscale: 90025610958

### PERCORSO GARA



03 Marzo 2024 - 5° Prova del Festival del Cross Campionato Regionale Del Cross - Loc. Marceddi (Terralba)

### REGOLAMENTO

Possono partecipare alla manifestazione gli atleti di tutte le categorie regolarmente tesserati alla F.I.D.A.L. per il 2024, i tesserati "Runcard" in regola con l'anno corrente.

Il requisito della regolarità della certificazione medica dev'essere posseduta al momento della scadenza delle iscrizioni e avere validità almeno fino al giorno della gara.

**Le iscrizioni per i tesserati F.I.D.A.L. dovranno pervenire on-line tramite l'apposita sezione "Servizi Online" nei siti federali [sardegna.fidal.it](http://sardegna.fidal.it) o [fidali.it](http://fidali.it) entro le **h 21:00 del 28 Febbraio 2024**.**

I tesserati RUNCARD dovranno inviare la propria iscrizione (sempre con la stessa scadenza) tramite e-mail a [schirrupietro@tiscali.it](mailto:schirrupietro@tiscali.it) assieme alla copia del certificato medico di idoneità all'attività agonistica per Atletica Leggera e copia della propria tessera RUNCARD in corso di validità per l'anno 2024.

**Per le eccezionali iscrizioni effettuate sul posto gara i dirigenti di società dovranno essere in possesso dei tabulati del tesseramento per l'anno in corso. Dette iscrizioni chiuderanno improrogabilmente alle ore 09,30. Gli atleti, un'ora prima della gara, dovranno confermare la propria partecipazione**

La quota di iscrizione per le categorie Junior, Promesse, Senior maschili e femminili è di **€8,00** e comprende: Tassa Federale, pettorale, servizio medico durante e dopo la gara, rinfresco durante e dopo gara.

Le categorie giovanili Esordienti 5-8-10 m/f, Ragazzi/e, Cadetti/e e la categoria Allievi m/f pagano solamente la Tassa Federale.

**I numeri di gara** verranno forniti dall'organizzazione, mentre gli atleti dovranno essere muniti di spille ed indossare la divisa della Società di appartenenza.



Associazione Sportiva Dilettantistica

## AMATORI TERRALBA

Sede Sociale: Via Napoli, n° 3 – 09098 – TERRALBA (OR)  
e-mail: [amatoriterralba@yahoo.it](mailto:amatoriterralba@yahoo.it) PEC: [amatoriterralba@pec.it](mailto:amatoriterralba@pec.it)  
☎ 340/6501819 – 393/9272159  
Codice Fiscale: 90025610958

### PROGRAMMA TECNICO

Ritrovo Giurie e Concorrenti: ORE 09:00

Chiusura Conferme Gare: ORE 09:30

Inizio Gare: ORE 10:00

DISTANZA	MASCHILE	ORARIO	FEMMINILE	DISTANZA
6000 m	SM 35/40/45/50/55	10:00		
		10:30	SF 35/40/45/50/55	4000 m
4000 m	SM 60 ed oltre	10:50		
		11:20	SF 60 ed oltre	3000 m
200 m	ESORDIENTI 5	11:40		
		11:40	ESORDIENTI 5	200 m
		11:40	ESORDIENTI 10	600 m
300 m	ESORDIENTI 8	11:55		
		11:55	ESORDIENTI 8	300 m
600 m	ESORDIENTI 10	12:10		
		12:25	RAGAZZE	1000 m
1000 m	RAGAZZI	12:30		
		12:35	CADETTE	2000 m
3000 m	CADETTI	12:50		
		13:10	ALLIEVE	4000 m
5000 m	ALLIEVI	13:40		
		14:20	JUNIORES F	6000 m
		14:20	PROMESSE + SF	8000 m
8000 m	JUNIORES M	15:20		
10000 m	PROMESSE + SM	15:20		

Il seguente orario è puramente indicativo e potrà subire variazioni in base allo sviluppo della manifestazione. Gli atleti, un'ora prima della gara, dovranno confermare la propria partecipazione.

### PREMIAZIONI

Premiazioni a cura della Società organizzatrice.

**Saranno premiati i primi 3 atleti classificati di ogni categoria giovanile con coppe e/o medaglie, i primi 3 di ogni fascia di età per i Master 35 e oltre e "assoluti" con premi e prodotti locali del territorio.**

Per quanto riguarda i Campionati Regionali Individuali "Ragazzi/e", "Master m/f" verranno premiati i "Campioni" con coppa o maglietta.



Associazione Sportiva Dilettantistica

## AMATORI TERRALBA

Sede Sociale: Via Napoli, n° 3 – 09098 – TERRALBA (OR)  
e-mail: [amatoriterralba@yahoo.it](mailto:amatoriterralba@yahoo.it) PEC: [amatoriterralba@pec.it](mailto:amatoriterralba@pec.it)

 340/6501819 – 393/9272159

Codice Fiscale: 90025610958

In occasione del Campionato Regionale di Società “Cadetti e Cadette” verrà premiata la società vincitrice con premio a discrezione della società organizzatrice.

**Il premio - Trofeo “Cross in Laguna”** verrà assegnato alla società con il maggior numero di atleti partecipanti.

Considerata la tipologia delle categorie di atleti ammessi e la presenza di premi legati alle prestazioni, non sono previste deroghe o modifiche alla regola 100 del RTI.

### NOTE

La Società organizzatrice, l’Amministrazione Comunale e la FIDAL declinano ogni responsabilità per quanto possa accadere a persone o cose, prima, durante e dopo la manifestazione.

Sarà garantito il Servizio Sanitario mediante Medico ed Ambulanza.

Eventuali reclami dovranno essere presentati entro 30’ dall’esposizione delle classifiche in prima istanza verbalmente al giudice d’arrivo, ed in seconda istanza per iscritto al Giudice d’appello, accompagnati dalla tassa di 50,00 euro, che verrà restituita nel caso il reclamo venga accolto.

**Per quanto non previsto espressamente dal presente regolamento si rimanda ai regolamenti generali della FIDAL.**

### DIRITTO D’IMMAGINE E UTILIZZO DELL’INDIRIZZO DI POSTA ELETTRONICA

Con l’iscrizione alla gara l’atleta autorizza espressamente gli organizzatori, unitamente ai media partner e agli sponsor, all’acquisizione gratuita del diritto di utilizzare le immagini fisse o in movimento che eventualmente lo ritraggono durante la partecipazione alla gara stessa, su tutti i supporti visivi, compresi i materiali promozionali e/o pubblicitari, e sul web, in tutto il mondo e per tutto il tempo massimo previsto dalle leggi, dai regolamenti, dai trattati in vigore compresa la proroga eventuale che potrà essere apportata al periodo previsto, nonché all’utilizzo del proprio indirizzo di posta elettronica per scopi pubblicitari.

Per quanto non contemplato dal presente regolamento valgono le norme dei Regolamenti FIDAL, G.G.G. e della Presidenza Federale.

**Per tutti gli atleti è previsto un RINFRESCO A FINE GARE CON ACQUA, THE, FRUTTA.**

**Per il pubblico (Accompagnatori, etc.) sarà presente un servizio bar presso le strutture adiacenti al campo gara in cui sarà possibile acquistare acqua, bibite, panini, ecc.**

**Chiosco bar A.S.D Amatori Terralba, bar/ristorante “La Vecchia Scuola”, bar/ristorante “Da Lucio”, bar/Ristorante “Miramare”**

Per info: Anedda Olivia [aneddaolivia@gmail.com](mailto:aneddaolivia@gmail.com) - cell. 349 1524534  
Marongiu Guido [amatoriterralba@yahoo.it](mailto:amatoriterralba@yahoo.it) - cell. 393 9272159

**A.S.D. Amatori Terralba  
Il Presidente Guido Marongiu**